

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN MATA KULIAH
PRAKTIKUM**

SKRIPSI



Diajukan oleh :

EVITA TRI PURNAMASARI

F 100100145

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN MATA KULIAH
PRAKTIKUM**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi*



Oleh :

EVITA TRI PURNAMASARI

F 100 100 145

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN MATA KULIAH
PRAKTIKUM**

Yang diajukan oleh :

EVITA TRI PURNAMASARI

F 100 100 145

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Dra. Wiwien Dinar Pratisti., M.Si

Surakarta, 28 Oktober 2014

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI
MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN MATA KULIAH
PRAKTIKUM**

Yang diajukan oleh :

EVITA TRI PURNAMASARI

F 100 100 145

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal

28 Oktober 2014

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dra. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si

Penguji Pendamping I

Permata Ashfi Raihana, S.Psi, MA.

Penguji Pendamping II

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si



Surakarta, 28 Oktober 2014

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi



Dekan

Taufik, M.Si., Ph.D

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Evita Tri Purnamasari

NIM : F100100145

Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : **HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI
DENGAN PROKRASTINASI
MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN
MATA KULIAH PRATIKUM**

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 30 Mei 2014

Yang Menyatakan,



Evita Tri Purnamasari

0856 4734 5883

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah: 6)

Ketika anda tidak bisa mencapai apa yang anda inginkan, anda bukanlah gagal, anda hanya kurang sabar dan kurang bekerja keras untuk mencapai keinginan anda.

(anonim)

Aku bisa karena aku biasa, biasa terjatuh dan aku kembali bangkit hingga aku mendapatkannya.

(penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, karya sederhana ini penulis persembahkan teruntuk :

- Ayahanda dan Ibunda Tercinta, terimakasih atas do'a, curahan cinta dan kasih sayang yang tidak pernah berhenti mengalir
- Kakak Kandung dan Ipar Tersayang, terimakasih do'a, dukungan dan semangatnya
- Keluarga Besar Soelarto Gobeh, keluarga yang selalu memberikan motivasi hidup
- Seseorang yang selalu memberikan semangat dan dukungan
- Keluarga besar Teater Lugu Fakultas Psikologi UMS

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu 'alaikumwarohmatullohiwabarakatuh.

Alhamdulillah, segala puji penulis panjatkan kepada Allah SWT atas limpahan rahmat, rizki, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam juga penulis junjungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, keluarga, dan para sahabatnya.

Skripsi ini merupakan karya yang penulis susun guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana (S-1) Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dan memberikan dukungan material maupun non material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih dengan segenap cinta dan ketulusan hati kepada :

1. Bapak Taufik, M.Si. Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi yang telah memberikan dukungan dan ijin penelitian.
2. Ibu Lisnawati Ruhaena, S.Psi, M.Si, selaku Pembimbing Akademik yang penuh perhatian selalu memberikan bimbingan, dorongan dan nasihat pada penulis selama menempuh studi di Fakultas Psikologi.
3. Ibu Dra. Wiwien Dinar P., M.Si, selaku Pembimbing Utama yang penuh kesabaran memberikan bimbingan, nasihat, dan masukan kepada penulis dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini di sela kesibukan dan terbatasnya waktu sehingga penulis dapat belajar banyak hal positif.
4. Ibu Permata Ashfi Raihana, S.Psi, MA., dan Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., selaku Penguji Pendamping I dan Penguji Pendamping II yang telah memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.

5. Seluruh Staf Pengajar dan Staf Karyawan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu penulis demi kelancaran penulisan skripsi ini.
6. Bapak Azis Saifudin, SF., Ph.D., Apt., selaku Dekan Fakultas Farmasi UMS, Bapak Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Psikologi UMS, Bapak Ir. Sri Sunarjono, M.T., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Teknik, yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Rido Marta Adinata Putra, terimakasih selama ini selalu menemani, memberikan motivasi, semangat dan selalu mendo'akan penulis.
8. Sahabat-sahabat tercinta, Anisya Itsna, Retno Diah, Rhiya Arjiani, Aprilia Iga, Vera Octa, Etika Nurfauzi, Nimas Ayu, Wulan, Agus Wuryanto, Hangga Satriya, terimakasih atas do'a, dukungan dan semangatnya selama penyelesaian skripsi.
9. Keluarga Cemara, Afi Amalia Putri, Pipin Setyaningrum, Frisca Oktaviana, Iqbal Abdul Latif Almubarak, dan sahabat kampus, Nasri Ika Y., Sri Mulyani, Nadia Puspita A., Intan Ayu H., Satria Andromeda, Bayu Pradanta, terimakasih telah memberikan nuansa kekeluargaan dan bersedia berdiskusi serta membantu penulis selama penulisan skripsi.
10. Teman-teman kelas D dan Angkatan 2010 yang telah memberikan dukungan dan semangat.
11. Semua pihak yang turut membantu kelancaran penulisan skripsi ini, yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu. Terimakasih atas do'a, bantuan, dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Walaupun demikian, penulis berharap semoga karya ini dapat memberikan sumbangan dan manfaat bagi penulis dan pembaca.

Surakarta, Oktober 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PENYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	6
 BAB II LANDASAN TEORI	 8
A. Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas	8
1. Pengertian prokrastinasi menyelesaikan tugas	8
2. Aspek-aspek prokrastinasi menyelesaikan tugas	11
3. Faktor-faktor prokrastinasi menyelesaikan tugas.....	14

B. Regulasi Diri	18
1. Pengertian regulasi diri	18
2. Aspek-aspek regulasi diri	19
3. Faktor-faktor regulasi diri	23
C. Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas	26
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Identifikasi Variabel Penelitian	33
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
1. Prokrastinasi menyelesaikan tugas	33
2. Regulasi diri	34
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	34
1. Populasi	34
2. Sampel	35
3. Teknik pengambilan sampel	35
D. Metode Pengumpulan Data	36
E. Validitas dan Reliabilitas	40
1. Validitas	40
2. Reliabilitas	40
F. Metode Analisis Data	41
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	43
A. Persiapan Penelitian	43
1. Orientasi tempat penelitian	43
2. Persiapan alat pengumpulan data	44
3. Perhitungan daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur.....	46
B. Pelaksanaan Penelitian	49
1. Penentuan subjek penelitian	49
2. Pengumpulan data penelitian	50
3. Pelaksanaan skoring	51

C. Analisis Data	52
1. Uji normalitas sebaran	52
2. Uji lineritas hubungan	52
3. Uji hipotesis	52
4. Kategorisasi.....	53
D. PEMBAHASAN	54
BAB V PENUTUP.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN – LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Jumlah Asisten Per Fakultas	36
Tabel 2 <i>Blue print</i> Skala Prokrastinasi sebelum penelitian	38
Tabel 3 <i>Blue print</i> Skala Regulasi Diri sebelum penelitian	39
Tabel 4 Rancangan Dasar Skala Prokrastinasi	45
Tabel 5 Rancangan Dasar Skala Regulasi Diri	46
Tabel 6 Susunan Aitem Skala Prokrastinasi yang memiliki Daya Beda Aitem Rendah dan Tinggi	48
Tabel 7 Susunan Aitem Skala Regulasi Diri yang memiliki Daya Beda Aitem Rendah dan Tinggi	49
Tabel 8 Daftar Asisten Mata Kuliah Praktikum	50
Tabel 9 Kategori, Frekuensi dan Presentase Variabel Regulasi Diri	54
Tabel 10 Kategori, Frekuensi dan Presentase Variabel Prokrastinasi.....	54
Tabel 11 Rangkuman Hasil Analisis Uji Hipotesis.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran A	Skala Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas dan Skala Regulasi Diri ..	68
Lampiran B	Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Menyelesaikan Tugas.....	77
Lampiran C	Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Regulasi Diri.....	80
Lampiran D	Uji Normalitas dan Linearitas	83
Lampiran E	Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	89
Lampiran F	Data Penelitian	91
Lampiran G	Kategorisasi Skala	122
Lampiran H	Surat Keterangan Penelitian	127

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PROKRASTINASI MENYELESAIKAN TUGAS PADA ASISTEN MATA KULIAH PRAKTIKUM

Evita Tri Purnamasari

evitapurnama92@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstraksi : Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan tugas pada asisten mata kuliah praktikum. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan tugas pada asisten mata kuliah praktikum. Subjek penelitian yaitu asisten mata kuliah praktikum di Fakultas Psikologi, Farmasi, dan Teknik yang berjumlah 126 orang. Pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala yaitu skala regulasi diri dan prokrastinasi menyelesaikan tugas. Metode analisis data menggunakan teknik analisis *Product Moment*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien $r_{xy} = -0,732$, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi menyelesaikan tugas pada asisten mata kuliah praktikum. Semakin tinggi regulasi diri maka semakin rendah prokrastinasi menyelesaikan tugas, demikian sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka semakin tinggi prokrastinasi menyelesaikan tugas. Sumbangan efektif regulasi diri terhadap prokrastinasi menyelesaikan tugas sebesar 53,6%. Regulasi diri pada subjek penelitian tergolong tinggi, ditunjukkan rerata empirik (RE) = 71,20 dan rerata hipotetik (RH) = 48. Prokrastinasi menyelesaikan tugas pada subjek penelitian tergolong sedang , ditunjukkan rerata empirik (RE) = 81,52 dan rerata hipotetik (RH) = 78.

Kata kunci : *regulasi diri, prokrastinasi menyelesaikan tugas, asisten mata kuliah praktikum*